

Tämä juttu lähti liikkeelle kahden mainion kirjan peräkkäisestä lukemisesta ja siitä, että ensimmäisessä väitettiin käyttökelvottomaksi sellaista käsitettä, jonka nimeämän ilmiön olemassaoloon toisen alaotsikko julisti uskoa. Pohdin tässä "juomahimon" käsitteellistä asemaa Herbert Fingaretten parin vuoden takaisen kirjan *Heavy drinking* (1988) ja Arnold M. Ludwigin samana vuonna ilmestyneen teoksen *Understanding the alcoholic's mind* (1988) valossa. Fingarettelle "juomahimo" on osa alkoholismin tautimyyttiä, jonka paljastamiselle hänen kirjansa on omistettu. Ludwigin kirja tutkii "juomahimon luonnetta ja hallitsemista".

Fingaretten teos on selkeästi kirjoitettu kritiikki ja se kohdistuu käsitykseen, joka pitää alkoholismia selväpiirteisenä, väijäämättä etenevänä tautina, josta voi parantua vain ammattimaisen hoidon ja täysraittisuuden avulla. Se on komea yleistajuinen yhteenveto tekijän jo ainakin pari vuosikymmentä jatkuneesta tautimyytin kriittisestä arvioinnista (esim. Fingarette 1970 & 1983). Kirjaa epäilemättä myös tarvitaan, etenkin Yhdysvalloissa, jossa yksiviivainen käsitys alkoholismista tautina on omiaan ylläpitämään voimavarojen tuhlausta ja jarruttamaan monipuolisempaa alkoholiongelmien ehkäisyä.

Mutta tähän liittyy myös kirjan yksi vakava rajoitus. Upottaessaan dogmaattisen alkoholismin tautimallin Fingarett ei suhtaudu kyllin vakavasti siihen mahdollisuuteen, että jokin sääillisempi sairausnäkökulma saattaisi pysyä pinnalla, sellainen, joka esimerkiksi ei vaatisi monopolia juomaongelmien käsittelyyn, ei pitäisi alkoholismia absoluuttisen selvärajaisena asiana, korostaisi juopon omia mahdollisuuksia vaikuttaa valintoihin, etenkin vaikuttamalla valintatilanteisiinsa, ottaisi oppia terveyskasvatuksesta ja muusta ehkäisevästä työstä jne. Fingarett ei myöskään näe klassisen sairausmallin kahdessa keskeisessä käsitteessä, juomisen hallinnan menetyksessä (loss of control) ja juomahimossa (craving), mitään pelastettavaa. Minusta tämäkin tuomio on turhan jyrkkä.

"Hallinnan menetys" osoittautuu Fingaretten mielestä epäkelvoksi käsitteeksi tunnetuissa kokeissa, jotka osoittavat, että alkoholistit eivät suinkaan tyypillisesti juo sammuksiin tai viinan loppumiseen saakka vaan säätelevät juomistaan monella tapaa ja riippuen siitä, mitä muita vaihtoehtoja on tarjolla. Puhe "hallinnan heikkenemisestä" taas on vesitystä, mikä tekee käsitteen kelvottomaksi liijajuomisen selityksenä.

Olen toisaalla yrittänyt osoittaa, miten puhe juomisen hallinnasta ja sen heikkenemisestä voi olla mielekäästä (tosin ensi kädessä pikemminkin kuvauksena kuin aitona selityksenä) ja miten Fingarette itsekin puhuu itsekontrollista ihan oikeana asiana eikä vain arvosteltavana käsitteenä (Takala 1988 & 1989; ks myös Fingarette 1988, 45, 103, 110). Tässä tarkastelen kuitenkin lähinnä "juomahimon" käsitteen käyttökelpoisuutta.

Fingaretten mielestä "juomahimo", "craving", on perin epäilyttävä käsite. Se ei selitä, miksi alkoholisti, joka tietää, että hänen ei pitäisi juoda, ryhtyy taas juomaan. Koska ankarasti määriteltyä "vastustamatonta juomahimoa" ei voi mitata itse juomisesta riippumattomasti, se ei ole selitys vaan tautologia. Jos taas luovutaan määreestä "vastustamaton" ja kysytään ihmisiltä, minkä asteista juomisen halua he tuntevat, ei ole kovinkaan valaisevaa, jos paljon juovat sanovat, että heillä on usein kova halu juoda. Niinpä "craving" on joko tautologinen virhe tai mitänsanomaton latteus.

Tässäkin Fingarettä tuntuu kiinnostavan vain se, onko "vastustamaton juomahimo" osoittautunut luotettavaksi ja selvästi erottuvaksi selitykseksi juoppojen ankaralle ryyppäämiselle. Ja kun ei ole, käsite saa mennä. Hänen mielestään "juomahimoa" vastaan todistaa sekin, että koehenkilöt kokivat "herätelasillisten" (priming drinks) jälkeen paljon kovemman juomishalun ravintolaympäristössä kuin desinfiointiaineille haisevassa laboratoriossa (1988, 42). Toisin sanoen, jos juomahimosta puhuvat myöntävät ympäristön ja odotusten vaikuttavan subjektiiviseen juomahimoon, he ovat Fingaretten mielestä jo itse asiassa luopuneet aidosta juomahimon käsitteestä: senhän piti olla osa fysiologista automaattia.

Fingaretten mielestä sanalla "craving" pitää siis ilmeisesti tarkoittaa vain "vastustamatonta himoa". Sivumennen sanoen E. M. Jellinek tuntuu muutamien paikoin ajatelleen samoin. Yhdessä kohden hän esimerkiksi rinnasti termin "craving" sellaisenaan muiden kielten ilmaisuihin "désir irrésistible, deseo impetuoso, unwiderstehliches Verlangen", joista kahteen sisältyy nimenomainen määre "vastustamaton" (Jellinek 1953, 6¹). Tämä ei kuitenkaan vastaa sanan käyttöä normaalkielessä, jossa "craving" ei välttämättä ole "irreristible" (ks. esim. Webster's 1986, 531).

No, joka tapauksessa Ludwig ei pidä juomahimosta puhumista tautologisena tai latteana. Asian teoreettinen selvittäminen ei tosin ole hänen kirjansa keskeinen tema. Teos on valtaosin analyysia ja kertomuksia siitä, miten ihmiset kokevat juomahimon ja miten he pyrkivät hallitsemaan sitä. Se on juomahimon ja sen kanssa kamppailun fenomenologiaa. Hän kuvaa sekä juomiseen että juomisesta selviytymiseen johtaneita episodeja, "käsi kirjoituksia", joita ihmiset toteuttavat. En kyllä osaa sanoa, paljonko uutta siinä on kokeneelle juopolle tai kokeneelle terapeutille: järkevän tuntuista pohdiskelua ja elävän makuisia esimerkkejä joka tapauksessa.

Ludwig ei kiistä mahdollisuutta, että alkoholisti oppisi juomaan kohtuullisesti, mutta pitää sitä kovalle juopolle useimmiten epärealistisena vaihtoehtona. Täysraittius on

¹Jellinekin pääteoksen vastaavassa kohdassa ranskankielinen ilmaisu oli tosin lieventynyt muotoon "besoin obsédant" (1960, 139).

päätöstaloudellisestikin yksinkertaisempaa kuin juomisen sellainen sääteily, jossa yhtenä joutuu ratkaisemaan, onko seuraava lasillinen vielä kohtuuden rajoissa. Tämä perustelu muistuttaa George Ainslien (johon Ludwig ei viittaa) analogiaa: Valtiot, joiden rajat kulkevat isoja jokia, vuoristoja tai muita luonnonesteitä myötäillen, käyvät harvemmin sotia kuin ne, joiden rajat ovat mielivaltaisemmat. Samoin ihminen, jonka sisällä on ikään kuin rajusti kilpailevia tahtoja (niin kuin pahasta juopottelusta eroon pyrkivällä usein on), tekee usein viisaasti, jos pystyy asettamaan eri pyrkimyksilleen selväpiirteiset rajat (Ainslie 1986).

Ludwig ei tosin paljon kiinnitä huomiota jyrkkien rajojen strategian haittoihin. Yksi niistä on yleinen joustamattomuus. Toinen, juoppoutta konkreettisemmin koskeva, on huono varautuminen niihin yksin ja kaksiin lasillisiin, joita moni raittiuspäätöksestä huolimatta ottaa. Tai kyllä Ludwig näistä tietoinen on. Joustamattomuus joissakin suhteissa on hinta, joka alkoholistin usein täytyy mutta myös kannattaa maksaa raitistumisesta. Retkahdusten estämiseen muutamien lasillisten jälkeen Ludwig ei oikein usko. Tässä kysymyksessä hän nimenomaan arvostelee Alan Marlattia, joka haluaa opettaa juoppoja selviämään lasillisesta tai parista ilman täysimittaista retkahdusta (Ludwig 1988, 138–139). Ludwigin mielestä lipsahdus ei kehity juomisputkeksi siksi, että juoppo uskoo sen väistämättä tekevän niin, vaan siksi, että juoppo on jo jollakin, usein ei-tietoisella, tasolla päättänyt ryhtyä juomaan toden teolla. Argumentti on huono, koska päätöksiä — myös ei-tietoisia — voi estää toteutumasta, esimerkiksi tekemällä uusia päätöksiä. Ludwig itse tarjoaa lukuisia esimerkkejä siitä, miten raitistuva juoppo torjuu ryppäämispäätöksen, jonka jokin osa hänestä tuntuu jo tehneen. Mikseivät samat keinot soveltuisi periaatteessa myös niihin tilanteisiin, joissa alkoholia on jo maistettu?

Se, kenen ja missä tilanteissa kannattaa harjoitella parin lasin jälkeen lopettamista, on monella tapaa avoin kysymys. Yksi tekijä, joka ratkaisuun vaikuttaa, on tietenkin se, millä tavoin pieni alkoholimäärä vaikuttaa itse kunkin ”juomahimoon”.

Ludwigin mielestä juomahimo on siis ihan todellinen asia, vaikka sitä ei voikaan ulkoa käsin noin vain todeta ja mitata. Se ei ole tautologinen, koska sen kokeminen on riippumaton siitä, johtaako se juomiseen vai ei; tästä kirja tarjoaa useita dramaattisia kertomuksia. Juomahimon käsittelyssä voi myös olla hyödyksi se, että tietää, miten muut ovat sen kohdanneet ja siitä selvinneet.

Fingarette myöntää, että on ”olemassa ilmiö, johon liittyy voimakas taipumus (inclination) juoda liikaa, ja se täytyy tehdä käsitettävämmäksi, jos mahdollista” (1988, 44). Tällä tapaa ”craving” kyllä mahtuisi myös Fingaretten suosittelemaan elämäntapanäkökulmaan, vaikka hän ei termiä hyväksykään.

Muutenkin Fingarette tulee esittäneeksi aika tutun hahmoisia käsitteitä kokiessaan etsiä sairausmallia korvaavaa käsitteistöä. Hän esimerkiksi puhuu ”elämän-

tavan omasta liikevoimasta” (”momentum”), joka tekisi ymmärrettäväksi, miksi juoppo ei pääse huonosta tavastaan irti ihan niin kuin haluaisi (”at will”). Sillä on vähän samantapainen paikka hänen käsitteistöössään kuin juomahimolla ja heikolla juomisen hallinnalla on perinteisemmissä käsitteistöissä. Tämmöinen ”elämäntavan liikemomentti” saatetaan Fingaretten varoituksista huolimatta (se on vain ”tarkoituksenmukainen nimeke”) ymmärtää itsenäiseksi olioksi periaatteessa samaan tapaan, kuin ”alkoholismisairaus” ja ”hallinnan menetys” ovat tahtoneet kivettyä Jellinekin varoituksista piittaamatta. Ja sitten kun joskus paremmin tiedetään, mistä se juopottelevan elämäntavan oma liikevoima koostuu, saattaa sieltä hyvinkin löytyä kontrollimekanismien heikkouksia ja epätavallisen voimakasta juomahimoa.

Kirjallisuus

Ainslie, George: Beyond microeconomics. Conflict among interests in a multiple self as a determinant of value. In: Elster, Jon (ed.): Multiple self. Cambridge & Oslo: Cambridge University Press & Norwegian University Press, 1986

Fingarette, Herbert: The perils of Powell: In search of a factual foundation for the ”Disease concept of alcoholism”. Harvard Law Review 83 (1970), 793–812

Fingarette, Herbert: Philosophical and legal aspects of the disease concept of alcoholism. P. 1–45. In: Smart, Reginald G. & al. (ed.): Research advances in alcohol and drug problems. Vol. 7. New York & London: Plenum Press, 1983

Fingarette, Herbert: Heavy drinking. The myth of alcoholism as a disease. Berkeley & Los Angeles: University of California Press, 1988

Jellinek, E. M.: The nosological position of alcoholism in the light of psychiatry. Memorandum. WHO/APD/ALC/6. Geneva: World Health Organization, 1953

Jellinek, E. M.: The disease concept of alcoholism. New Haven: Hillhouse Press, 1960

Ludwig, Arnold M.: Understanding the alcoholic's mind. The nature of craving and how to control it. Oxford: Oxford University Press, 1988

Takala, Jukka-Pekka: The notion of control: alcoholism, crime, weakness of will. Paper presented at Kettil Bruun Society, Alcohol Epidemiology Symposium, Berkeley, California, 1988

Takala, Jukka-Pekka: The concept of control between scientific and everyday uses. P. 7–24. In: Duckert, Fanny & Koski-Jännes, Anja & Rönnerberg, Sten (ed.): Perspectives on controlled drinking. NAD-publication no. 17. Helsinki: Nordic Council for Alcohol and Drug Research, 1989

Webster's third new international dictionary of the English language, unabridged. Springfield, Massachusetts: Merriam-Webster, 1986.

Jukka-Pekka Takala